జీవితంలో సాధించిన విజయాల మీద ఆధారపడి కాక సచ్ఛీలం ఆధారంగా పెంపొందిన వ్యక్తిత్వం మనకు ఇప్పడు కావాలి. అటువంటి వ్యక్తిత్వం ఈ ప్రపంచంలో శాశ్వతంగా గుర్తుండి పోతుంది. అటువంటి వ్యక్తులు అతి కొద్దిమందే ఉన్నా, వారు మానవాళికే ఒక రూపుదిద్దిద్ది, దాని మనుగడనే శాసించగలరు. వారి పేర్లు లక్షలాది హృదయాలలో శాశ్వతంగా ముద్ర పడిపోతాయి.

Be Good & Do Good

ISBN 93-85243-57-8

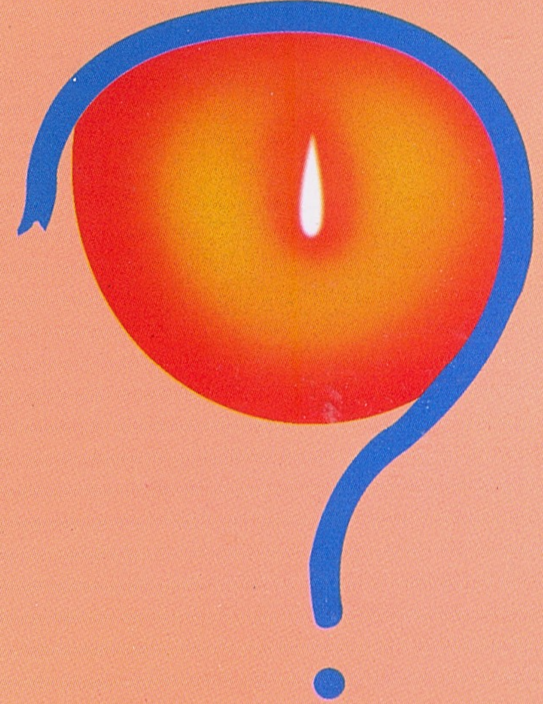




రామకృష్ణ మఠం
దోమలగూడ, హైదరాబాదు - 500 029
Email: publication@rkmath.org
www.rkmath.org

Nijamaina Vyaktitvam Ante...? ₹ 6/-

నిజమైన వ్యక్తిత్వం అంటే...?



view our videos in our blogs&share:

https://telugudevotionalswaranjali.blogspot.com/

https://gitamakarandam.blogspot.com/

https://hindudevotionalswaranjali.blogspot.com/

https://sundaravignanagrandalayam.blogspot.com/

https://chaitanyavignanam.blogspot.com/

https://telangana-gundechappudu.blogspot.com/

యూట్యూబ్ CHANNELS :

CHAITANYA SWARANJALI

https://www.youtube.com/@chaitanyaswaranjali7979

భారత చైతన్య జ్యోతి

https://youtube.com/@BHARATH_CHAITANYA_JYOTHI

జై గిరిధారి https://youtube.com/@jaigiridhari9054

GITAMAKARANDAM

https://youtube.com/@gitamakarandam7244

https://archive.org/details/@sudarshan_reddy330

నిజమైన వ్యక్తిత్వం అంటే...?

ఆంగ్లమూలం:

స్వామి శ్రీకాంతానంద

తెలుగు సేత:

ప్రొఫెసర్ పన్నాల శ్యామసుందర మూర్తి



రామకృష్ణ మఠం

దోమలగూడ, హైదరాబాదు-500 029.

Published by
Adhyaksha
Ramakrishna Math
Domalguda, Hyderabad - 29

First Edition - January 2001
Reprints upto 2015 - 1,55,000
Second Edition - February 2016
First Impression: 50,000 copies

ISBN 93-85243-57-8

Printed in India at
R.P. Printers
Hyderabad

ముందుమాట

వ్యక్తిత్వవికాస సాధనపట్ల ఆధునికయువత అత్యంత శ్రద్ధ కనబరుస్తున్నారు. అయితే దాన్ని సాధించడానికి సరియైన మార్గాలు తెలియక వారు అయోమయంలో పడిపోతున్నారు. వారి అనుమానాలను సరియైన పద్ధతిలో తీర్చేందుకే ఈ చిన్న పుస్తకం ఉద్దేశించబడింది. స్వామి వివేకానంద ఇలా అన్నారు: "ఇనుప కండరాలు, ఉక్కు నరాలు; వాటిమధ్య పిడుగులాంటి శక్తితో తయారైన మనస్సు నాకు కావాలి! బలము, పౌరుషము, క్షాత్రవీర్యము + బ్రహ్మతేజస్సు" ఈ చిన్న వాక్యంలో స్వామి వివేకానంద అసలు వ్యక్తిత్వం అంటే ఏమిటో మనకు తెలియజెప్పారు. అదే శారీరక, మానసిక, ఆధ్యాత్మిక వికాసమని గుర్తు చేశారు.

ఈ చిన్న పుస్తకంలో స్వామి శ్రీకాంతానంద నిజమైన వ్యక్తిత్వం అంటే ఏమిటో స్పష్టంగా, అందమైన రీతిలో వివరించారు. అటువంటి నిజమైన వ్యక్తిత్వవికాసాన్ని సాధించే కృషి చేయడానికి యువకులకు ఈ పుస్తకం స్ఫూర్తి కలిగిస్తుందని విశ్వసిస్తున్నాం.

–ప్రకాశకులు

విషయ సూచిక

నిజమైన వ్యక్తిత్వం

వ్యక్తిత్వం అంటే?

అభివృద్ధి కోసం కృషి చేయటమే జీవన చిహ్నం. అతి చిన్న విత్తనం భూమిని పెకలించుకొని పైకివచ్చి మొక్కగా ఎదుగుతుంది. అయితే పెరుగుదల ఒక్కటే జీవనాన్ని సుందరంగా మలచలేదు. ఒక్కొక్కసారి అసహజంగా ఉండే అధికమైన పెరుగుదల ఒకేచోట నిలవ ఉండిపోయి, అసహ్యంగా తయారవుతుంది. సరియైన శిక్షణ, క్రమశిక్షణల ద్వారా పెరుగుదలను, అభివృద్ధిని సక్రమంగా రూపొందించడమే జీవితాన్ని సుందరంగా మలచే ఏకైక మార్గం. అదే చివరికి పరిపూర్ణ వ్యక్తిత్వానికి దారి తీస్తుంది.

మానవాళి చరిత్రలో గొప్ప గొప్ప వ్యక్తులు, మహానుభావులు అవతరించి తమ జీవితకాలంలోనే ఈ ప్రపంచాన్నంతా ప్రభావితంచేసి అద్భుత స్పందనలు

కలుగజేశారు. వారి అద్భుత విజయాలు ప్రజల కళ్ళముందు కొద్దిసేపు మెరుపులా మెరుస్తాయి. వారు గతించగానే ప్రజలు వారిని మరిచిపోతారు. దీనికి కారణమేమంటే దృఢమైన, ఉన్నత వ్యక్తిత్వం గలవారు తమ అద్భుతమైన మేధాశక్తితో ప్రజల మనస్సులమీద మంచి బలవత్తరమైన ప్రభావం కలగజేస్తారు. జీవితంలో సాధించే విజయాలు తప్పక వ్యక్తిని గొప్పవానిగా చేస్తాయి కానీ, అతని వ్యక్తిత్వాన్ని పెంచడానికి ఎక్కువగా దోహదం చెయ్యవు.

జీవితంలో సాధించిన విజయాలమీద ఆధారపడి కాక సచ్ఛీలం ఆధారంగా పెంపొందిన వ్యక్తిత్వం మనకు ఇప్పుడు కావాలి. అటువంటి వ్యక్తిత్వం ఈ ప్రపంచంలో శాశ్వతంగా గుర్తుండిపోతుంది. అటువంటి వ్యక్తులు అతి కొద్దిమందే ఉన్నా, మానవాళికే ఒక రూపుదిద్ది, దాని మనుగడనే వారు శాసించగలరు. వారి పేర్లు లక్షలాది హృదయాలలో శాశ్వతంగా ముద్రపడిపోతాయి. ఈ ఆధునిక కాలంలో భారతదేశం అటువంటి నిజమైన, ఒక విశ్వమానవుణ్ణి వివేకానంద స్వామి రూపంలో ఉద్భవింపజేసిందని చెప్పడానికి గర్విస్తున్నాము.

ఆయన భావనలు ప్రపంచమంతటికీ నిజమైన వ్యక్తిత్వ రూపకల్పనలో ఉత్తేజకారకాలు, స్ఫూర్తిదాయకాలు.

వ్యక్తిత్వ వికాసం

వ్యక్తిత్వ వికాసాన్ని గురించి ఈ రోజులలో తీవ్రమైన ఉత్సుకత, ముఖ్యంగా యువకులలో బాగా ఉన్నది. వారీ విషయంలో చాలా హడావుడిగా ఉండి, క్షణాలమీద తమ వ్యక్తిత్వంలో మార్పు రావాలనుకుంటారు. అసలు వాళ్ళకి 'మార్పు'కి, 'అభివృద్ధి'కి మధ్య తేడాయే తెలియదు. ఎవరి వ్యక్తిత్వంలోనైనా ఒక్క రాత్రిలోనే మార్పు తీసుకురావడం సాధ్యమేనా? సౌందర్యశాలలు (Beauty Parlours), శిరోజశాలలు (Hair Dressing Saloons), రెడీమేడ్ దుస్తులు, సౌందర్య సాధనలు (Cosmetics), ఎత్తుమడమల పాదరక్షలు (High-heel Shoes), ఈ అద్భుతాన్ని చెయ్యగలవేమో గానీ, ఆ వ్యక్తి యొక్క నిజమైన వ్యక్తిత్వ అభివృద్ధికి ఏ విధంగానూ దోహదం చెయ్యవు. సమయాన్నీ, ధనాన్నీ, శక్తినీ వృథా

చేసుకుని, అటువంటి చవకబారు పద్ధతుల్ని అవలంబించడం ఎంతమాత్రం మంచిది కాదు.

మానవ వ్యక్తిత్వంలో నాలుగు ముఖ్య స్థాయిలున్నాయి; ఈ నాలుగూ సమన్వయంతో అభివృద్ధి చెందినప్పుడే అది నిజమైన వ్యక్తిత్వమవుతుంది. ప్రతి ఒక్కరూ చక్కని ఆరోగ్యాన్ని, దృఢమైన మనస్సును, పవిత్రమైన బుద్ధిని, ఆధ్యాత్మికతను ఒకే సమయంలో అలవరచుకోవడానికి కృషి చెయ్యాలి.

1

భౌతిక స్థాయి

మానవ శరీరం భగవంతుడు అనుగ్రహించిన గొప్ప వరం. జీవితంలో విజయాన్ని, ఆనందాన్ని సాధించడానికి మంచి ఆరోగ్యమే మూలం! శరీరం, మనస్సూ ఒకదానితో ఒకటి సన్నిహిత సంబంధాన్ని కలిగి ఉంటాయి కాబట్టి అనారోగ్యం మనస్సుకు బాధను, నిస్పృహను కలిగించి, జీవితంలో ఒక నిర్దుష్టమైన లక్ష్యాన్ని సాధించకుండా ఆటంకం

కలిగిస్తుంది. మనకు కలిగే దుఃఖాలలో ఎక్కువవాటికి మన శారీరక బలహీనతలే ముఖ్య కారణాలని వివేకానంద స్వామి చెప్పింది సరియైన మాటే.

మన సనాతన గురువులు కూడా, 'ఈ శరీరమే ధర్మసాధనకు ముఖ్య పరికరం' (*శరీరమాద్యం ఖలు ధర్మసాధనం*) అని చెప్పారు. అందుకని శరీరాన్ని ఆరోగ్యంగా ఉంచుకోవడం మన ముఖ్య కర్తవ్యం. ఇనుపకండరాలు, ఉక్కునరాలు కలిగి ఉండాలని వివేకానంద స్వామి మరీమరీ చెప్పారు. ఒక ప్రసంగంలో ఆయన ఈ విధంగా సలహా ఇచ్చారు: "నా యువ మిత్రులారా! బలంగా, దృఢంగా ఉండండి! అదే నేను మీకిచ్చే సలహా! గీతాధ్యయనం కంటే ఫుట్‌బాల్ ఆట ద్వారానే మీరు స్వర్గానికి మరింత చేరువకాగలరు. ఇవి నేను సాహసించి చెప్పే మాటలు! నేను మిమ్మల్ని ప్రేమిస్తున్నాను కాబట్టే ఈ మాటలు చెప్పగలుగుతున్నాను. మిమ్మల్ని ఇబ్బంది పెట్టేదేదో నాకు తెలుసు! నాకు కొంచెం అనుభవం వచ్చింది. మీ కండరాలు, శరీరం ఇంకా కొంచెం బలంగా, దృఢంగా

ఉంటే, మీరు భగవద్గీతను మరింత బాగా చదివి అర్థం చేసుకోగలరు.”

అనారోగ్యం ఒక వ్యక్తికి మానసిక ఒత్తిడిని కలిగించడమే కాక అతని కుటుంబం మొత్తాన్ని కలత పరుస్తుంది. మందుల ఖర్చులు భరించడానికి కుటుంబమంతా ఇబ్బంది పడవలసి వస్తుంది. ఆరోగ్యవంతుడైన వ్యక్తి అన్ని పరిస్థితులలోనూ తన మనస్సును ప్రశాంతంగా ఉంచుకుంటాడు. అతను తన విధులను నేర్పుగా, ఉత్సాహంగా, సంతోషంగా నిర్వర్తిస్తాడు. ఇతరులకు సేవ చేయడానికీ, ఆత్మరక్షణకూ అవసరమూ, తప్పనిసరీ అయిన శారీరక దృఢత్వాన్నీ, బలాన్నీ, రాష్ట్రానికీ, దేశానికీ చెందిన ఆస్తులను ధ్వంసం చేయడానికి ఉపయోగించ కూడదు. అదుపు తప్పిన శారీరకశక్తి చాలాసార్లు కులమత ఘర్షణలుగా, అసాంఘీక కార్యక్రమాలుగా, హింస, లూటీ, ఇతరులను అవమానించడం వంటి క్రూరమైన పనులుగా మారి సంఘంలో శాంతి సమన్వయాలు కరవయ్యేట్లు చేస్తాయి. ఈ శారీరకశక్తిని నిర్మాణాత్మక పనులవైపు మరల్చాలి.

భౌతికపరిమాణ అభివృద్ధిలో అలవాట్లు అతిముఖ్య పాత్ర వహిస్తాయి. సారాయి త్రాగడం, సిగరెట్ త్రాగడం మాదకద్రవ్యాలకు అలవాటుపడటం వంటి చెడు అలవాట్లు శరీరాన్ని బలహీనం చేసి, దీర్ఘవ్యాధులకు గురయ్యేటట్లు చేసి, శారీరక ఆరోగ్యానికెంతో హాని చేస్తాయి. అటువంటి హానికర అలవాట్లకు బానిసలయిన వారి సాంగత్యం, స్నేహం కూడా పూర్తిగా వదలుకోవాలి.

ముఖ్యంగా చెడు స్నేహితుల హానికర ప్రభావం యుక్తవయస్కుల మీద చాలా ఎక్కువగా ఉంటుంది. ఆ లేత అపరిపక్వ మనస్సు అతి సులభంగా చెడు అలవాట్ల ప్రభావానికి లొంగిపోతుంది. అందుకనే తల్లిదండ్రులు, ఉపాధ్యాయులు వారిని ఒక కంట జాగ్రత్తగా గమనిస్తూ, మంచి అలవాట్లు అలవరచుకోవలసిందిగా ప్రోద్బలం చెయ్యాలి. ఆహారం, నిద్ర, వ్యాయామం, పని – వీటన్నిటిలోనూ మంచి అలవాట్లను ఏర్పరుచుకోవడమే మంచి ఆరోగ్యానికి గల రహస్యం.

యోగాసనాలు, ప్రాణాయామ సాధనలు శరీరాన్ని ఆరోగ్యవంతంగా ఉంచుకోవడానికి తగిన సమర్థమైన సాధనలు. కానీ వాటిని అర్హులైన గురువుల మార్గదర్శకత్వంలో అభ్యసించాలి.

మన సనాతన భారతదేశంలో గురుకుల విద్యావిధానముండేది. అందులో విద్యార్థులు తమ జీవితంలో ఆరంభదశనంతా జ్ఞానులైన గురువుల సాంగత్యంలో గడిపేవారు. బ్రహ్మచర్యం, తపోదీక్షలు, గురుసేవ, శాస్త్ర గ్రంథ పఠనం వంటి సాధనలు క్రమశిక్షణాయుతంగా ఆచరించి వారు తమలో అంతర్గతంగా అద్భుతశక్తిని పెంపొందించుకునే వారు. అన్ని వేదాలనూ కంఠస్థం చేసి ఉంచుకునేవారు. దీనికంతటికీ కారణం ఇంద్రియశక్తినీ, మానసికశక్తినీ సరిగ్గా పరిరక్షించుకోవడమే. ఇంద్రియ సుఖాలను అమితంగా అనుభవించడం వల్ల ఇంద్రియాలు తమ శక్తిని, ఉత్సాహాన్నీ కోల్పోయి జీవితంలో ఉన్నత లక్ష్యాలను సాధించడానికి పనికిరాకుండా పోతాయి. మన ఋషులు వివాహం చేసుకున్నా,

వారిలో అద్భుత ఇంద్రియనిగ్రహశక్తి ఉండేది. బ్రహ్మచర్యాన్ని అవలంబిస్తే ఇంద్రియశక్తిని సులువుగా 'ఓజశ్శక్తి'గా పరివర్తన చెయ్యవచ్చు. ఓజశ్శక్తి వలన మెదడు, నరాల వ్యవస్థ దృఢంగా తయారై, రక్తంలో నూతనోత్సాహం, శక్తి నింపబడతాయి. ఫలితంగా ఏకాగ్రతా శక్తి, అద్భుత జ్ఞాపకశక్తి ఏర్పడతాయి.

వివేకానంద స్వామి ఈ విషయంలో తన అభిప్రాయాన్ని నిర్ద్వంద్వంగా ప్రకటించారు: "చూడండి! కఠోర బ్రహ్మచర్య దీక్షని అవలంబిస్తే చాలు, అతికొద్ది సమయంలోనే జ్ఞానమంతా మన వశమవుతుంది. ఒకసారి విన్నది కానీ, తెలుసుకున్నది కానీ ఎల్లకాలం జ్ఞాపకం ఉండిపోతాయి. ఈ బ్రహ్మచర్యం లోపించడమే మనదేశంలో అన్ని అనర్థాలకూ కారణం!"

అందుచేత, పుష్టికరమైన, బలవర్ధకమైన ఆహారం, క్రమం తప్పని వ్యాయామం, మంచి అలవాట్లు ఏర్పరచుకోవటం, ఇంద్రియ నిగ్రహం – మన ఆరోగ్యాన్ని మెరుగు పరచుకోవడానికి దోహదం చేసి, తద్వారా "వ్యక్తిత్వ వికాసం"లో ఒకభాగం అయిన భౌతికాభివృద్ధికి తోడ్పడుతుంది.

2
మానసిక స్థాయి

మనస్సు శరీరంకన్నా ఉన్నతమైనది. మనస్సే శరీరాన్ని తయారు చేస్తుంది కానీ శరీరం మనస్సుని తయారుచేయదు. మనస్సు ఒక భావకోశాగారం. వ్యతిరేక, హానికరభావాలు మనస్సును బలహీనపరుస్తాయి. స్వాధీనంలో లేని, బలహీనమైన మనస్సు ఎప్పుడూ ప్రలోభాలకి లోనయి, వ్యక్తికి ప్రమాదకరంగా తయారవుతుంది. మన అపజయాలని తరచూ తలుస్తూ ఉండటం వ్యతిరేక భావాలకి దారితీస్తుంది. అటువంటి బలహీనతలని పారద్రోలడానికి, వివేకానంద స్వామి వాక్యాలు మనకెంతో దోహదం చేస్తాయి. ఆయన ఈ విధంగా సూచించారు: "బలహీనతలను పోగొట్టాలంటే వాటిపై ఆలోచనలను మరల మరల పోనివ్వడం కాదు చేయవలసింది. శక్తి, బలం గురించి ఆలోచించడమే వాటికి విరుగుడు. వారిలో స్వతస్సిద్ధంగా ఉన్న శక్తిని గురించి మానవులకి తెలపండి!"

ఈ ప్రపంచంలో కొద్దిమంది అదృష్టవంతులు మాత్రమే ఎటువంటి ప్రమాదాలకూ లోనుగాకుండా జీవితంలో విజయం పొందగలుగుతారు. మిగిలిన వారందరూ కష్టాలు, అవాంతరాలూ ఎదుర్కోవలసిందే! కానీ, జీవితంలో ఎదురయ్యే సవాళ్ళకు ధైర్యంగా స్వాగతం పలికి వాటిని బలంతోనూ, శక్తితోనూ ఎదుర్కొనే వాడే నిజమైన ధీరుడు. అటువంటి వ్యక్తి అన్ని అవాంతరాలనూ ఎదుర్కొని, విజయవంతంగా, సింహంలా బయటికి వస్తాడు. వివేకానంద స్వామి పరివ్రాజక జీవితంలో, ఆయన వారణాసిలో ఉండగా ఈ క్రింది సంఘటన జరిగింది. అది మానవాళికంతటికీ ఒక మహత్తర సందేశాన్ని ఇస్తుంది. ఒకరోజున దుర్గామాత ఆలయం నుండి తిరిగి వస్తున్నప్పుడు, కొన్ని కోతులు ఆయన వెంటపడ్డాయి. వాటి నుంచి తనని తాను రక్షించుకోవడానికి స్వామీజీ పరుగెత్తనారంభించారు. ఆ కోతులు కూడా ఇంకా వేగంగా పరుగెత్తి ఆయనమీద పడసాగాయి. ఆ సమయంలో ఆ ప్రక్కనే ఉండి ఇదంతా చూస్తున్న ఒక సన్న్యాసి స్వామీజీతో, "పరుగెత్తవద్దు! ఆ

జంతువుల్ని ఎదుర్కో!" అన్నాడు. స్వామీజీ ఆ సన్న్యాసి మాటలు విని ఆ కోతుల్ని ఎదుర్కోవడానికి వెనుదిరిగారు. అప్పుడా కోతులు ఆయన్ని బాధించడం మాని, వెనక్కి వెళ్ళిపోయాయి. ఈ సంఘటన నుండి స్వామీజీ గొప్ప పాఠాన్ని నేర్చుకున్నారు. అపాయం, కష్టం ఎదురైనప్పుడు పారిపోకుండా, వాటిని ధైర్యంగా ఎదుర్కోవాలనే పాఠాన్ని ఈ సంఘటన నుంచి ఆయన నేర్చుకున్నారు. ఆ తర్వాత జీవితంలో ఆయన న్యూయార్కులో ఒక ప్రసంగం చేస్తూ ఇలా చెప్పారు: "అది జీవితాంతం ఉపయోగపడే పాఠం. భయంకరమైన దానిని ఎదుర్కో! ధైర్యంగా ఎదుర్కో!" ఈ సంఘటనలోని కోతులలాగా, జీవితపు కష్టాలన్నీ మనం వాటి నుంచి పారిపోవడం మాని, ఎదుర్కోవడం ప్రారంభించగానే వెనక్కి తిరిగి పారిపోతాయి. పిరికివారెన్నడూ విజయం సాధించలేరు. భయం, అజ్ఞానం - మనల్ని వదిలి పారిపోవాలంటే, వాటిని ధైర్యంగా ఎదుర్కోవాలి.

ఈ రోజులలో ప్రజలు, ముఖ్యంగా విద్యార్థులు చాలా సున్నితమనస్కులుగా ఉంటున్నారు. తల్లిదండ్రుల నుండి చీవాట్ల చేత గానీ, పరీక్షలో కొంచెం తక్కువ మార్కులు వచ్చినా గానీ వారి మనస్సు బాగా కలత చెందుతుంది. అటువంటి బలహీనమైన మనస్సు వలన కలిగే ఫలితాలే హింస, క్రూరత్వము, హత్యలు, ఆత్మహత్యలు. అటువంటి మనస్సు మనకి శత్రువులాగా పనిచేస్తుందని భగవద్గీతలో శ్రీకృష్ణుడంటాడు. ఆయన ఇలా సలహా ఇస్తారు: "ఎవరిని వారే రక్షించుకోవాలి. తమని తామే ఎవరూ కించపరచుకోరాదు. ఎందుకంటే ఎవరికి వారే మిత్రులు, శత్రువులు!"

దృఢమైన, క్రమశిక్షణగల మనస్సు స్నేహితునిగా సహాయం చేస్తుంది. కానీ బలహీనమైన, స్వాధీనంలో లేని, నిరాశా నిస్పృహలకు లోనైన మనస్సు శత్రువులా వ్యవహరించి, వినాశనానికి దారితీస్తుంది. దృఢ, బలహీన మనస్సుల గురించి కొన్ని విషయాలు తెలుసుకుందాం.

దృఢమైన మనస్సు

1. ఎల్లప్పుడూ, కష్టాలలో కూడా ప్రశాంతంగా ఉంటుంది.
2. ఎన్నడూ ప్రలోభాలకు లొంగిపోదు. అవినీతికరమైన విషయాలు "వద్దు" అని ధైర్యంగా చెప్పడానికెన్నడూ వెనుదీయదు.
3. వ్యతిరేకభావాలకీ, అనుమానానికీ అది ఎల్లప్పుడూ దూరంగా ఉంటుంది.
4. ఆలోచనలలో స్పష్టత వలన సరియైన నిర్ణయాలు తీసుకోవడం, సరియైన విధంగా వ్యవహరించడం దానికి సాధ్యమవుతుంది.
5. సానుకూల భావాలు, ఏకాగ్రత, నిర్భయత్వం, సాహస కృత్యాలు, ఆత్మ విశ్వాసం - ఇవన్నీ దృఢమైన మనస్సుకు ఉండే ముఖ్య లక్షణాలు.

బలహీనమైన మనస్సు

1. చిన్నచిన్న విషయాలకు కూడా కోపం, విసుగూ తెచ్చుకుని, దారుణంగా, ఆవేశంగా ప్రతిస్పందిస్తుంది.
2. లంచగొండితనం, దొంగతనం వంటి ప్రలోభాలకు అది సులువుగా లొంగిపోతుంది.
3. గందరగోళం, అనుమానం, వ్యతిరేకభావాల వలన అది సరియైన, నిష్పక్షపాత నిర్ణయం తీసుకోలేదు.
4. పరిస్థితుల ప్రభావానికి లొంగిపోయి చెడుశక్తులకు ఆలవాలమవుతుంది.
5. జీవితంలోని సవాళ్ళను ఎదుర్కోలేదు. అంతేకాక సులువైన, చవకబారు పద్ధతులద్వారా వాటినుండి తప్పించుకుని పారిపోతుంది.
6. ఎప్పుడూ సణుగుతూ, ఏడుస్తూ ఉంటుంది.
7. ఇతరులలోని సద్గుణాలను అది ఎన్నడూ ప్రశంసించదు.

8. చంచలత్వం, భయం, మానసిక ఒత్తిడి, బద్ధకం, నిస్పృహ, మూఢనమ్మకం, వ్యతిరేకభావాలు - ఇవన్నీ బలహీన మనస్సు యొక్క ముఖ్యలక్షణాలు.

క్రమపద్ధతిలో శిక్షణనివ్వడం ద్వారా, దృఢమైన సంకల్పశక్తి ద్వారా స్వాధీనంలో లేని, బలహీన మనస్సును కూడా స్వాధీనంలోకి తెచ్చి, దృఢతరం చేయవచ్చు. శరీరానికి పుష్టికరమైన ఆహారం కావాలి. అదే విధంగా మనస్సుకు ఉన్నత భావాలు కావాలి. మనస్సును బలవత్తరపరచడానికి ఆలోచనా శక్తి మహత్తరమైన ఆధారం. మనస్సు ఒక ఉతికిన తెల్లటి వస్త్రం లాంటిదని, అది ఏ రంగులో ముంచితే ఆ రంగునే అది పొందుతుందనీ శ్రీరామకృష్ణులనేవారు. మన ఆలోచనల ఘనీభవించిన రూపమే మన పనులు. ఒక్కసారి మన ఆలోచనా విధానాన్ని మార్చుకొని, ఉన్నతమైన, సానుకూలభావాలనే ఆలోచించేలా అలవాటు చేసుకుంటే, అది మన ప్రవర్తనలోనూ, జీవితంలోనూ అద్భుతమైన మార్పును తెస్తుంది. వివేకానంద స్వామి మనకి ఉత్సాహాన్ని, ప్రేరణను కలుగజేస్తూ ఇలా అన్నారు:

"మీరేది అనుకుంటే అదే అవుతారు. మీరు బలంగా ఉన్నామనుకుంటే బలంగా తయారవుతారు. బలహీనులమనుకుంటే బలహీనులే అవుతారు."

మన శక్తిని మనం తక్కువగా అంచనా వేసుకోవడమో, నేనెందుకూ పనికిరాను, నేను అయోగ్యుణ్ణి, పాపిని, ఏమీ చెయ్యలేని అశక్తుణ్ణి వంటి వ్యతిరేక భావాలను నిరంతరం తలపోయడమే మానసిక బలహీనతకి ముఖ్యకారణం. మనలో అద్భుతమైన శక్తి దాగి ఉన్నది. దానిని వెలువరించడానికి ముఖ్యమైన ఏకైక పద్ధతి సానుకూల భావాలను తలపోయటమే!

మనస్సును దృఢపరచే అనుకూలభావాలతో కూడిన సారస్వత పఠనం మనస్సుకు ఆరోగ్యకరమైన ఆహారాన్ని అందిస్తుంది. అటువంటి గ్రంథాలను ఎన్నుకోవడమూ, మంచివారితో సాంగత్యమూ మన మానసికశక్తిని - ముఖ్యంగా యువకుల మనస్సును మరింత బలవత్తరం, దృఢతరం చేస్తుంది. వివేకానంద సారస్వతం అత్యంత ఉత్తేజకరమైనది. అది సానుకూల, నిర్మాణాత్మక భావకోశాగారం. ఈ సారస్వత

ప్రభావం గురించి రోమారోలాకు చెబుతూ రవీంద్రనాథ్ ఠాగూర్ ఇలా అంటారు: "భారత దేశాన్ని అర్థం చేసుకోదలచుకుంటే, వివేకానంద స్వామి రచనలు చదవండి. ఆయనలో అంతా సానుకూలమైనదే కానీ, వ్యతిరేకమైనదేదీ లేదు."

అందుచేతనే భారత ప్రభుత్వం వారు వివేకానంద స్వామి జయంతిని "జాతీయ యువజన దినోత్సవం"గా ప్రకటించారు. బాల్యం నుంచే భగవద్గీత, ఉపనిషత్తుల వంటి మహత్తర గ్రంథాలను చదవడం అలవరచుకోవాలి. మన శరీరంలో సరియైన శక్తి, బలం ఉన్నప్పుడు ఇటువంటి ఉదాత్తభావాలను అవగాహన చేసుకొని, బాగా జీర్ణించుకొని జీవితంలో ఆచరించగలుగుతాము. తరచుగా దుష్ట సాంగత్యం, అసహ్యాకరమైన, చవకబారు పుస్తకాలు, సినిమాలు మానసిక భ్రమలను, భ్రాంతులను, పతనాన్ని కలగజేసి, చివరకు మానసిక అస్వస్థతకు, నరాల బలహీనతకు దారితీస్తాయి. అందుచేత అటువంటి వాటి పట్ల అతి జాగ్రత్తగా ఉండి, వాటిని దూరంగా ఉంచాలి.

క్రమం తప్పకుండా "ధ్యానం" చేయడం ద్వారా మన మానసిక దృఢత్వాన్ని అభివృద్ధి చేసుకోవడం తప్పక సాధ్యమవుతుంది. ధ్యానసాధన మన మానసిక బలహీనతలను, నిరాశానిస్పృహలను, మానసిక చంచలతను, ఒత్తిడులను తగ్గించి మనస్సును వ్యతిరేక భావాలనుంచి, ఆవేశాలనుంచి తప్పించి స్థిరత్వాన్ని, దృఢత్వాన్ని చేకూరుస్తుంది. మన సమస్యలన్నింటికీ మూలకారణమై, మన మనస్సులలోని అచేతన పొరలలో ఉన్న సంస్కారపు ప్రోవులన్నింటినీ చెరిపివేసి, పరోక్షంగా అది మనకెంతో సహాయం చేస్తుంది. మనస్సులోని ఈ అచేతనపు పొరలో ప్రోగైఉన్న సంస్కారాలన్నీ మనం గతంలో చేసిన భావనల, కర్మల ఫలితాలే.

ఈ అవాంఛనీయ, వ్యతిరేక భావాలన్నింటినీ పారద్రోలి వాటిస్థానంలో సానుకూల, దైవసంబంధిత భావాలను ప్రవేశపెట్టడానికి ధ్యానం తోడ్పడుతుంది. అందుకని మన వ్యక్తిత్వంలో భాగంగా రూపుదిద్దుకునే మానసిక దారుఢ్యాన్ని పెంచే ముఖ్యమైన మార్గాలు - సానుకూల ఆలోచనలు చేయటం, సద్గ్రంథ పఠనం, ధ్యాన సాధన.

3

బుద్ధి స్థాయి

మనకుండే శక్తి నాలుగు రకాలు - శారీరక (భౌతిక), మానసిక, బుద్ధిపరమైన, ఆధ్యాత్మిక శక్తి. బుద్ధిపరమైన శక్తి భౌతిక, మానసిక శక్తులకన్నా ఉన్నతమైనది. అందుచేత మన వ్యక్తిత్వంలో అది చాలా ముఖ్యపాత్ర పోషిస్తుంది. ప్రతి వ్యక్తిలో ఈ బుద్ధిశక్తి ఉన్నా, సరియైన శిక్షణ లేకపోవడం వలన, పదను పెట్టకపోవడం వలన, చాలా మందిలో అది నిద్రాణంగా ఉంటుంది. అధునిక విద్యుత్ యంత్రాలను అతిగా ఉపయోగించడం వలన మానవుడు తానే ఒక యంత్రంగా మార్చబడ్డాడు. దాని ఫలితంగా కంప్యూటర్లు ప్రతి విషయాన్ని తమ జ్ఞాపకంలో ఉంచుకుంటున్నాయి. మనమేమో మన శరీరంలో ఉన్నత భాగమైన "మెదడు"ను ఖాళీగా ఉంచి, అద్దెకివ్వడానికి సిద్ధమవుతున్నాము. స్వతంత్రమైన ఆలోచనలు, సృజనాత్మకత, లోతుగా ఆలోచించే శక్తి మానవాళిని వదిలి

వాటి స్థానంలో కృత్రిమత్వం, అనుకరణ, పైపైన ఆలోచించే విధానమూ ప్రతిచోటా తాండవిస్తున్నాయి.

సంగీతం, లలితకళలు, పద్యరచన, నృత్యం, నాటకం వంటి వివిధ సహజసామర్థ్యాలను, ప్రతిభలనూ పొందాలంటే, సృజనాత్మకత తప్పనిసరిగా అవసరమవుతుంది. మానవునిలో దాగి ఉన్న అద్భుత ప్రతిభను ఉత్తేజరూపంలో వెలువరించడమనేది ఏకాగ్రతాశక్తి ద్వారానే సాధ్యమవుతుంది. సూక్ష్మమైన, మహోన్నత విషయాలను కూడా అవగాహన చేసుకోవడానికి ఏకాగ్రతాశక్తి దోహదం చేస్తుంది. ఇక్కడే బుద్ధి యొక్క పాత్ర కనిపిస్తుంది. మన మనస్సు, ఇంద్రియాలు చంచలంగా ఉంటాయి. ఈ రెంటికీ అతీతంగా, ఆధిక్యంగా బుద్ధి ఉంటుంది కాబట్టి అదే ఈ రెంటినీ మన అధీనంలోకి తీసుకురాగలదు. అందుకని అద్భుతమైన సంకల్పశక్తితో మనస్సును స్వాధీనం చేసుకొని, జీవితంలో విజయం సాధించడానికి బుద్ధిని ఉన్నత విషయాలపై కేంద్రీకృతం చేయాలి.

'బుద్ధి' చేసే మరొక పని మంచి చెడుల మధ్య విచక్షణ చేయటం. మనస్సుకు ఆ శక్తి లేదు. నీ సమస్యలకి అనేక పరిష్కార మార్గాలను మనస్సు సూచించవచ్చు గానీ వాటిలో సరియైన దానిని ఎన్నుకునే బాధ్యత మాత్రం బుద్ధిదే! ఈ ప్రపంచం మంచిచెడుల సమ్మిశ్రితం. అందుచేత విచక్షణా శక్తిని అలవరచుకుంటే తప్ప ధర్మం - అధర్మం మధ్య, న్యాయం - అన్యాయాల మధ్య సరైన నిర్ణయం చేయలేము.

ఉత్తరప్రత్యుత్తరాలు, వార్తా సంబంధ వ్యవస్థ మహోన్నతంగా అభివృద్ధి చెందిన ఈ ఆధునిక యుగంలో ప్రతి విషయమూ ఇంటర్నెట్, వెబ్‌సైట్, సాటిలైట్ టి.వి.ల ద్వారా మన ఇంటి దగ్గరికి అత్యంత సమర్థంగా క్షణంలో చేర్చబడుతున్నాయి. బుద్ధిశక్తి యొక్క ఈ విచక్షణాజ్ఞానాన్ని అందరూ, ముఖ్యంగా యువత తప్పనిసరిగా పెంపొందించుకోవాలి. దానివల్ల వారు తమకేది మంచో, ఏది చెడో తెలుసుకోగలుగుతారు. టీవీలలో, కంప్యూటర్లలో, అంతర్జాలం (Internet)లో లభ్యమయ్యే దానినంతా

విచక్షణారహితంగా గ్రహిస్తుంటే తప్పక వారు కష్టాలపాలవుతారు. ఇందులో సందేహం లేదు. అటువంటివాటికి మనస్సు ఒక్కసారి అలవాటుపడితే వాటి కబంధ హస్తాలనుంచి బయటపడటం కష్టం. అందుకనే మనస్సు యొక్క తిరుగుళ్ళని, చాంచల్యాన్ని అరికట్టడానికి ప్రచండ బుద్ధిశక్తి అత్యావశ్యకమవుతుంది. తెలివితేటలకి, బుద్ధి శక్తికి వ్యత్యాసము మనం తెలుసుకోవాలి. బుద్ధిమంతులుగా పేరు పొందినవారెంతో మంది మనదేశంలో ఉన్నారు. కానీ వారిలో ఎక్కువమంది హానికరమైన పద్ధతులకి అలవాటుపడి ఉన్నారు. అలాకాక, బుద్ధిశక్తి అనేది తనకూ, ఇతరులకూ కూడా సంతోషాన్నిచ్చేదిగా ఉండాలి. లేనట్టైతే అది అతితెలివితేటలలో, వక్రబుద్ధో అయి, తనని, సంఘాన్ని కూడా నాశనం చేస్తుంది.

మనస్సు ఎల్లప్పుడూ మనల్ని మోసం చెయ్యడానికే ప్రయత్నిస్తుంది. అడ్డదారులు త్రొక్కి సుఖవంతమైన జీవితం గడపమని అది మనకు నచ్చజెప్పుతుంటుంది. స్వేచ్ఛ పేరుతో అది ఏ విధమైన క్రమశిక్షణనూ అనుసరించనివ్వక సులువైన

జీవితాన్ని గడపమని మనల్ని ప్రోత్సహిస్తుంది. ఒక్కొక్కసారి అది మనల్ని ధర్మమార్గం నుంచి దూరం చేసి చెడు విషయాలను చెయ్యమని ఒత్తిడి చేస్తుంటుంది. అందుచేత మనస్సు యొక్క చెడుపోకడలను గమనించి దానిమీద ఆధిపత్యాన్ని చూపి, సరైన ధర్మమార్గాన్ని అవలంబించేలా చేసి నిజమైన విజయానికి దారితీసే బుద్ధిశక్తి మనకు అలవడాలి. అది చాలా అవసరం. అందుకని, దృఢమైన, విచక్షణాయుతమైన నిర్ణయాత్మకమైన బుద్ధి పెంపొందాలంటే మనం బుద్ధి శక్తిని అలవరచుకోవాలి.

4
ఆధ్యాత్మిక స్థాయి

పైకి కనిపిస్తున్న ఈ నశించే శరీరంలో అజరామరమైన, శాశ్వతమైన, సచ్చిదానంద పరమశాంతిమయమైనదొకటి ఉన్నది. అది ప్రచండమైన శక్తిసామర్థ్యాలకి, జ్ఞానానికి మూలాధారం. అది అద్భుతంగా ప్రకాశిస్తూ, కాంతికిరణాలను వెదజల్లుతుంటుంది. అది ఎన్నడూ మార్పు చెందదు. దానికి

జననం, వృద్ధాప్యం, మరణం లేవు. దానినుంచే దివ్య గుణాలైన ప్రేమ, దయ, సేవ, పవిత్రత, సత్యసంధత, నిర్భయత్వం వంటివి ఉత్పన్నమవుతాయి. అదే మన దివ్యతత్త్వము. వ్యక్తిత్వంలోని మిగిలిన అన్ని స్థాయిలకంటే ఈ ఆధ్యాత్మిక స్థాయి చాలా ఉన్నతమైనది. శ్రీకృష్ణుడు భగవద్గీతలో ఈ విధంగా చెబుతాడు (3.42) : "స్థూల శరీరంకన్నా, ఇంద్రియాలు ఉన్నతమైనవి. వాటికన్నా మనస్సు, దానికన్నా బుద్ధి ఉన్నతమైనవి. కానీ ఈ శరీరంలో నివసించేవాడు (ఆత్మ) బుద్ధికన్నా కూడా ఉన్నతమైనవాడు." పరమాత్మ మన హృదయాధివాసుడే అయివున్నా ఆ విషయం మాత్రం మనకు తెలియదు.

భౌతికశరీరం పాంచభౌతికమైనది. పంచభూత సమ్మిశ్రితంగా ఏర్పడుతుంది. మరలా శరీరం మరణించగానే పంచభూతాలు తమ మూలస్థానానికి చేరుకుంటాయి. కానీ ప్రకృతి యొక్క ఈ స్థూల, సూక్ష్మ వ్యక్తీకరణలకి భిన్నంగా, వేరుగా మనస్సులోని దివ్యాత్మ ఉంటుంది. ఇదే నిజమైతే మనం ఈ విషయాన్ని ఎందుకు తెలుసుకోలేకపోతున్నాం? భగవద్గీతలో

(5.15) శ్రీకృష్ణుడు ఈ విధంగా చెబుతాడు: "జ్ఞానం అజ్ఞానంతో కప్పబడి ఉంటుంది. అందుచేతనే జీవులు మాయలో పడిపోతారు (అజ్ఞానేనావృతం జ్ఞానం తేన ముహ్యంతి జంతవః)" ఈ అజ్ఞానపు తెరను తొలగించగానే, ఆత్మజ్ఞానం కాంతిమంతంగా ప్రకాశించి మన వ్యక్తిత్వంలోని మహోన్నత గుణాలన్నింటినీ వ్యక్తపరుస్తుంది. వివేకానంద స్వామి ఈ విధంగా అన్నారు: "మీ నిజతత్త్వాన్ని మీకు మీరే బోధించుకోండి! ఇతరులకు కూడా దానిని బోధించండి! నిద్రాణంగా ఉన్న మీ ఆత్మను మేలుకొలిపి అది ఎలా జాగృతమవుతుందో చూడండి! అప్పుడు శక్తి వస్తుంది, వైభవం వస్తుంది; ఈ నిద్రిస్తున్న ఆత్మ స్వయం చైతన్యశక్తిని పొందినప్పుడు మంచితనం, పవిత్రతలే కాక శ్రేష్ఠమైనవన్నీ మీకు లభిస్తాయి."

మనలోగల దివ్యత్వాన్ని అనుభూతి చెందటం మనందరి జన్మ హక్కు. వ్యక్తిత్వంలోని ఈ అత్యంత ప్రాధాన్య విషయాన్ని నిర్లక్ష్యం చేసేవారు ఆత్మహంతకులని శాస్త్రాలు చెబుతాయి (ఆత్మహనో జనాః). స్థూలమైన మనస్సు, మందబుద్ధి కలవారు తమ ప్రాపంచిక విషయాలకే అడ్డుతగులుతుందని వారు భావిస్తారు. ఆధ్యాత్మిక జీవనమన్నది సాధువులకి, సన్న్యాసులకే తప్ప తాము దాని గురించి ఏమీ పట్టించుకోనక్కరలేదని వారనుకుంటారు. కులం, మతం, జాతి, లింగ భేదాలు, శరీరపు రంగులు, పదవులు, సాంఘిక స్థాయిలతో సంబంధం లేకుండా మానవజన్మకు ఏకైకలక్ష్యం మనిషిలోగల దివ్యత్వ ప్రకటనయే! ప్రతీ వ్యక్తి ఈ దివ్యత్వ ప్రకటనకు బాగా కృషి చెయ్యాలి. వివేకానంద స్వామి ఈ విధంగా అంటారు: "మత్స్యకారుడు తాను ఆత్మనని భావిస్తే, మరింత మంచి మత్స్యకారుడు అవుతాడు. చదువుకునే విద్యార్థి తాను ఆత్మనని భావిస్తే మరింత మంచి విద్యార్థి అవుతాడు. న్యాయవాది తాను ఆత్మనని భావిస్తే మరింత మంచి న్యాయవాది అవుతాడు." ఇదెలా జరుగుతుంది? అజ్ఞానాన్ని నిర్మూలించడం చేత! అజ్ఞానం అంటే ఏమిటి? మనస్సులోని అపవిత్రతలను, మలినాలనే అజ్ఞానం అంటారు. స్వచ్ఛమైన, పవిత్రమైన మనస్సు కలవారే దివ్యత్వానుభూతి

పొందగలరు. అందుకనే ఎవరూ ధర్మపథాన్నుండి వైదొలగకూడదు. మనకి కామ, క్రోధ, లోభ, మోహ, మద, మాత్సర్యాలు అనే ఆరు శత్రువులున్నాయి. వాటిని మన మనస్సునుండి పారద్రోలిన మరుక్షణమే ఆ పవిత్రమైన మనస్సనే స్వచ్ఛమైన అద్దంలో దివ్యత్వం ప్రతిబింబిస్తుంది. అజ్ఞానపు మేఘాన్ని తొలగిస్తే చాలు, జ్ఞానసూర్యుడు ప్రకాశిస్తాడు. మనస్సు నుండి ఈ మలినాలను తొలగించడం ఎలా?

విభిన్న మనస్తత్త్వాలకు అనువైన నాలుగు విభిన్న మార్గాలున్నాయి. అవి భక్తియోగము, జ్ఞానయోగము, కర్మయోగము, రాజయోగము. అంటే భక్తి మార్గము, విచక్షణా మార్గము, నిస్వార్థ కర్మమార్గము, ధ్యానమార్గము. ఈ నాలుగు యోగాలను నిత్యమూ అనుష్ఠించడం మనస్సులోని మాలిన్యాలన్నింటినీ తొలగించి, దివ్యత్వ ప్రకటనకు దోహదం చేస్తుంది. అందుకని ప్రతిదినమూ కొంత సమయాన్ని ప్రార్థన, ధ్యానము, జపము, నిస్వార్థసేవ, విచక్షణ, జ్ఞాన సాధనకు

కేటాయించాలి. ఈ విధంగా చేయడం మన వ్యక్తిత్వంలోని ఆధ్యాత్మిక స్థాయిని పెంపొందించుకోవడానికి దోహదం చేస్తుంది.

సారాంశం

సమగ్ర వ్యక్తిత్వ వికాసానికి, భౌతిక, మానసిక, బుద్ధిపరమైన, ఆధ్యాత్మిక స్థాయిల సమన్వయాభివృద్ధి అత్యంత ఆవశ్యకం. ఈ అన్ని అంశాలలో పరిపూర్ణత సాధించగలిగితే, అది నిజమైన వ్యక్తిత్వ వికాసానికి దారి తీస్తుంది. దానిని సాధించడంలో విజయం పొందగలిగితే, మన జీవితంలో అద్భుతమైన గుణాత్మక మార్పు కలుగుతుంది. ఎక్కువ సంఖ్యలో తయారైన అటువంటి వ్యక్తులు శ్రేష్ఠమైన సంఘాన్ని రూపొందించగలుగుతారు. అప్పుడు దేశం మరల ఒకసారి మహోన్నత వైభవాన్ని అందుకోగలదు.

వ్యక్తిత్వ వికాసం

ప్రశ్నలు - సమాధానములు

విద్యార్థి వేసిన ప్రశ్న

ప్రశ్న: నా వ్యక్తిత్వాన్ని పెంపొందించుకోవడానికి ఇతరుల మీద నేనెంతవరకు ఆధారపడవచ్చు?

సమా: విలువైన నీ జీవితంలో ఇది అత్యంత కీలకమైన సమయం. నువ్వు యువకుడివి. నీలో ప్రచండ శక్తి ఉన్నది. నువ్వు చాలా చురుకుగానూ, జాగ్రత్తగానూ ఉండాలి. నీ జీవితాన్ని, సౌశీల్యాన్ని మలచుకునే సరియైన సమయమిది. యువత స్వేచ్ఛ అనే పదానికి అర్థం తెలియకుండానే, స్వేచ్ఛ కావాలనుకుంటారు. మీరింకా చిన్నవాళ్ళు, మీ మనస్సు ఇంకా పరిపక్వం చెందలేదు. చంచలమైన మనస్సు, స్వాధీనంలో లేని కలతపెట్టే ఇంద్రియాలు మిమ్మల్ని ఎల్లప్పుడూ క్రిందికి లాగి, పతనం చేయాలని ప్రయత్నిస్తుంటాయి. అటువంటి మనస్సుకు,

ఇంద్రియాలకు స్వేచ్ఛనివ్వడం బలహీనతకు సూచకం. కచ్చితంగా అది చాలా హానికరం. మంచి, చెడుల మధ్య సరియైన విచక్షణ చేయలేరు కాబట్టి పెద్దవాళ్ళ సలహా, ముఖ్యంగా మీ తల్లిదండ్రులూ, ఉపాధ్యాయుల సలహా అడగటం మంచిది. అనుభవంతో పండిన వారి సలహా మిమ్మల్ని తప్పక సరియైన మార్గంలో నడిపిస్తుంది. తప్పు చేసినప్పుడు వారు మిమ్మల్ని నిందించినా, అది కూడా మీ మేలుకొరకే! వారందరూ మీ శ్రేయోభిలాషులు. మిమ్మల్ని ప్రేమిస్తున్నారు కాబట్టి, మీ శ్రేయస్సుయందు వారికి ఎంతో అభిరుచి, ఆదుర్దా ఉన్నది కాబట్టి, వారు చెప్పే దానిని సరియైన విధంగా అర్థం చేసుకోవాలి.

తల్లిదండ్రులు వేసిన ప్రశ్న

ప్రశ్న: మా పిల్లలు సున్నితంగా ఉంటున్నారు. వారికేదైనా చెప్పాలంటే మాకు భయంగా ఉన్నది. మేం చెప్పేదానికి వారెలా ప్రతిస్పందిస్తారో మాకే తెలియదు. వారితో ఎలా ప్రవర్తించాలి?

సమా: మొట్టమొదట చేయవలసింది - ఎవరి జీవితం ద్వారా వారు ఒక ఆదర్శవంతమైన మానవునిగా తయారవటం. మీ జీవితం పవిత్రంగానూ, క్రమశిక్షణాయుతంగానూ ఉంటే, మీ పిల్లలు కూడా సద్గుణాలను తమంతటతామే అలవరచుకుంటారు. ఇక మీరు చేయవలసిన రెండవది - వారికి కొంత స్వేచ్ఛ ఇవ్వాలి. వారి కదలికలను ఎప్పుడూ కనిపెడుతూ, పోలీసులలాగా ఉండటానికి ప్రయత్నించకండి. అలాగని పూర్తిగా వదిలివేయకండి. దూరం నుండి వారిని గమనించండి. వారిలో ఏదైనా తప్పు ఉన్నదన్న భావన కలిగితే, ఒక నిర్ణయానికి వచ్చే ముందర, అది నిజమో కాదో తేల్చుకోండి. వారు పనిచేస్తున్న ప్రదేశాలు, పాఠశాలలు, కళాశాలలూ అప్పుడప్పుడు సందర్శిస్తూ వారి ఉపాధ్యాయులు, స్నేహితుల నుండి సులభంగా సమాచారం సేకరించవచ్చు. ఏ మానవుడూ పరిపూర్ణుడు కాడు. తప్పులు చేయటం మానవుని సహజస్వభావం. ఎవరూ ఉద్దేశ్యపూర్వకంగా తప్పులు చేయరు. అజ్ఞానం వలననే పొరపాట్లు చేస్తారు. ఈ ప్రపంచంతో

అనుభవం లేని పిల్లలు తప్పులు చేయడం సహజమే! వారిని క్షమించటం నేర్చుకోవాలి. కొంత వయస్సు వచ్చాక వారిని మీ స్నేహితులుగా భావించి, అత్యంత ప్రేమ, గౌరవాలతో వారిని చూడాలి. సాధ్యమైనంత వరకు వారిని తీవ్రంగా మందలించడంగానీ, కఠినంగా శిక్షించడంగానీ చేయకండి. స్నేహపూర్వకంగా, సహనంతో వారి తప్పులు సరిదిద్ది, సరియైన మార్గంలో నడపడానికి ప్రయత్నించండి మీ నిజమైన ప్రేమ, వారి శ్రేయస్సు ఎడల మీకు గల ఆవేదన, తప్పక వారి ప్రవర్తనలో మార్పును తీసుకువస్తుంది. వారిలో సానుకూలభావాలు ఏర్పడటానికి సద్గ్రంథ పఠనం చేయించి, మంచి వాతావరణంలో ఉంచండి. మంచి ఆహారం వారికందివ్వగలిగితే, చెడు ఆహారం జోలికి పోనేపోరు.

ఉపాధ్యాయుడు వేసిన ప్రశ్న

ప్రశ్న: నా విద్యార్థులు వారి వ్యక్తిత్వాన్ని పెంపొందించుకోవడంలో నేనేమైనా ఉపయోగపడగలననుకుంటున్నారా?

సమా: తప్పకుండా! ఆ పని చేయడానికి మీరే సరియైన వారు. అంతటి పవిత్రమైన, ఉన్నతమైన బాధ్యతను నిర్వర్తించే ఉద్యోగానికి ఎన్నుకోబడటం మీకు లభించిన మహద్భాగ్యం. మన శాస్త్రాలు గురువును అమితంగా ప్రశంసిస్తాయి. ఒక సంస్కృత శ్లోకంలో గురువు - బ్రహ్మ, విష్ణు, మహేశ్వరులతో పోల్చబడ్డాడు. అందుకని వేలాది విద్యార్థుల జీవితాలు, సౌశీల్యాన్ని తరగతిగదిలోని నాలుగుగోడల మధ్య తీర్చిదిద్దడం ద్వారా మహోన్నత సేవ చేస్తున్నామన్న విషయాన్ని మీరు మరువవద్దు. మీ నుంచి మహత్తరమైన దానినేదో పొందుదామన్న గొప్ప ఆశతో విద్యార్థులు మీ దగ్గరికి వస్తారు. వారికి పాఠ్యాంశాలు బోధించటమే కాక సచ్ఛీల నిర్మాణానికి సహాయం చేయడం కూడా మీ కర్తవ్యం, మీ విధి! విద్యాసంస్థల నుండి సచ్ఛీలము, నిజాయతీలతో బయటకు వచ్చే విద్యార్థులే మన మహోన్నత జాతినీ, దేశాన్ని నిర్మించగలరు. మీకు చేతనైనంతలో వినమ్రపూర్వకంగా మీరా పనిచేయగలిగితే, మీరీ దేశానికీ, యువతకు గొప్ప సేవ చేసినవారవుతారు.

ఒక దీపమే మరొక దీపాన్ని వెలిగించగలదు. అందుకని, మొట్టమొదట మంచితనం యొక్క శక్తి యందు మీకు దృఢ విశ్వాసముండాలి. అంతేగాక, అది మీ జీవితం ద్వారా, శీలం ద్వారా ప్రకటితమవ్వాలి. శ్రీకృష్ణుడు భగవద్గీతలో (3.21) ఇలా ప్రకటిస్తాడు:

“యద్యదాచరతి శ్రేష్ఠస్తత్తదేవేతరో జనః ।
సయత్ప్రమాణం కురుతే లోకస్తదనువర్తతే ॥”

“గొప్పవారు ఏది చేస్తారో మిగిలిన వారు దానినే ఆచరిస్తారు. ఆయన చూపిన ప్రమాణాన్నే ఈ ప్రపంచం అనుసరిస్తుంది.”

మీ జీవితమే విద్యార్థులకు గొప్ప స్ఫూర్తిదాయక మవుతుంది. ఆచరణలోలేని బోధనలవలన ఎటువంటి మంచి, సానుకూల ఫలితాలు కలగవు. నేటి విద్యార్థులు ఎంతో తెలివైనవారు. మీ జీవితాన్ని, శీలాన్ని వారు గమనిస్తుంటారు. మీరు చెప్పేమాటలు మీ ఆచరణలో లేవని వారు భావిస్తే, మీ మాటల్ని అసలు లక్ష్యపెట్టరు.

మీరు నిజంగా మీ విద్యార్థుల్ని ప్రేమించి, వారి శ్రేయస్సుని కాంక్షిస్తే, వారు తప్పక మీ అడుగుజాడలను అనుసరిస్తారు. మీరు అనంతమైన సహనాన్ని, క్షమను కలిగి ఉండాలి. మీ విద్యార్థులనెన్నడూ వారి లోపాలకి గానీ, తప్పులకు గానీ విమర్శించి, నిందించకండి. దానికి బదులు వారిలోని సద్గుణాలని, వారు పొందిన విజయాలనీ ఎత్తి చూపి, ప్రశంసించండి.

వివేకానంద స్వామి ఈ విధంగా చెబుతారు:

"మీరు పిల్లలని మంచి మాటలతో ప్రోత్సహిస్తే, వారు తప్పక క్రమక్రమంగా అభివృద్ధి చెందుతారు. వారికి సానుకూల భావాలను అందించగలిగితే, వారు మంచి మనుషులుగా తయారై తమ కాళ్ళ మీద తాము నిలబడగల్గుతారు. భాషా విషయంలోగానీ, సారస్వతంలో గానీ, పద్యరచన - కళలలో గానీ, ప్రతీ ఒక్క విషయంలోనూ వారు చేస్తున్న తప్పులను ఎత్తి చూపక, వారా విషయాన్ని మరింత మెరుగ్గా చేయగల విధానాన్ని తెలియజేయాలి. తప్పులను, లోపాలను ఎత్తి

చూపటం వలన వ్యక్తి యొక్క భావాలు దెబ్బ తింటాయి. అతను దానిని అవమానంగా భావిస్తాడు. అయోగ్యులు, ఎందుకూ పనికిరానివారు అని మేమందరమూ భావించే వారిని కూడా శ్రీరామకృష్ణులెలా ప్రోత్సహించి, తద్వారా వారి జీవనగతులను ఏ విధంగా మార్చారో, మా కళ్ళారా మేము చూశాము. ఆయన బోధనా విధానమే అత్యంత విశిష్టంగా, ప్రత్యేకశైలిలో ఉండేది. తన దగ్గరకి వచ్చే వారికి గల ప్రత్యేక అభిరుచిని గానీ, మనస్తత్త్వాన్ని గానీ ఆయన ఎన్నడూ నశింపజేయలేదు. మార్చలేదు. అత్యంత పతనస్థితిలో ఉన్నవారిని కూడా ఆయన ఆశావహమైన, ప్రోత్సాహకరమైన మాటలతో ఉద్ధరించారు. మనం కూడా ఆయన అడుగుజాడలలో నడిచి, అందరినీ ఉద్ధరించి, ఉన్నతులని చేయాలి."

విద్యార్థుల హృదయాలలోనికి మీరు ప్రవేశించ గలగాలి. మీలో వారు తమ స్నేహితుని, తత్త్వవేత్తను, మార్గదర్శకునీ చూడగలగాలి. అప్పుడే వారు వారి హృదయాలలోని విషయాలను, తమ సమస్యలను స్వేచ్ఛగా మీతో వ్యక్తపరచగలరు. వారి సమస్యలను సామరస్యపూర్వకంగా

చూచి, వాటి పరిష్కారానికి మీకు చేతనైనంత సహాయం చెయ్యాలి. ఈ సన్నిహితత్వము, పరస్పరప్రేమ, ఆప్యాయత విద్యార్థి, ఉపాధ్యాయుల మధ్య ఆత్మీయతను మరింత దృఢపరుస్తాయి. ఒకసారి వారిని సరైన మార్గంలో ప్రవేశపెడితే, సౌశీల్యం, నిజాయతీగల పురుషులు, స్త్రీలుగా వారు రూపొందుతారు. వారికి చేసిన సేవలకు, వారు మీకు జీవితాంతం కృతజ్ఞులుగా, ఋణపడి ఉంటారు. అదే సమయంలో, మీకు మీ ఉద్యోగనిర్వహణలో అద్భుతమైన సంతృప్తి లభిస్తుంది. తద్వారా శాంతి, ఆనందం చేకూరుతాయి.



ధైర్యవంతులు, సాహసవంతులు మనకిప్పుడు అవసరం. రక్తంలో జవం, నరాల్లో సత్వం కావాలి! ఇనుమును పోలిన కండరాలు, ఉక్కులాంటి నరాలు కావాలే కాని నిలకడలేక ఊరికే జారిపోయే పిచ్చి ఊహలెందుకు? రహస్యం అనేది ఉండకూడదు. సత్యమైన మతంలో మర్మం ఉండదు. రహస్య ప్రచారం, మూఢవిశ్వాసం దుర్బలతకు చిహ్నాలు!

– స్వామి వివేకానంద

(1)

పుణ్యభూమిలో వీరుల్లారా స్వామీజీ కంటి పాపల్లారా
ఆగకండి నేడు మాతృభూమిలో మహోదయానికి
త్యాగాలెన్నో చేయండి
అమ్మకు మీరే కన్నబిడ్డలు
ఋషులకు మీరే వారసులు ॥ పుణ్య ॥
తనువూ మనసూ అర్పించండి
భారత కీర్తి చాటండీ
మాతృభూమిలో మహోదయానికి
త్యాగాలెన్నో చేయండి ॥ పుణ్య ॥
మనోధైర్యమూ కండబలమూ,
భక్తీముక్తీ యోచన వలదు
నిద్రలేచి మీరు ముందుకు సాగండి
వినండి స్వామీజీ పిలుపు
మాతృభూమిలో మహోదయానికి
త్యాగాలెన్నో చేయండి ॥ పుణ్య ॥
ఆగకండి నేడు మాతృభూమిలో
మహోదయానికి త్యాగాలెన్నో చేయండి ॥ పుణ్య ॥

(2)

వినవోయీ యువసోదరా వినవోయ్ ఆ స్వరమూ
వినవోయీ యువసోదరా ఆ కంఠ స్వరమూ
నిర్మించవోయీ స్వామీజీ కలలుగన్న భారతదేశం
॥ వినవోయీ ॥

ఆశలన్నీ నీమీదే – పెంచుకున్నదీ మాతృభూమి
మానవసేవ నీ ధర్మం విడిచిపెట్టవోయ్ నీ స్వార్థం
నిర్మించవోయీ స్వామీజీ కలలుగన్న భారతదేశం
॥ వినవోయీ ॥

దేహచింతను దూరంచేసి భవబంధాలు తెంపివేసి
దేశభక్తినే దివ్యజ్యోతిగా సేవించవోయీ ఎల్లవేళలా
నిర్మించవోయీ స్వామీజీ కలలుగన్న భారతదేశం
॥ వినవోయీ ॥

తల్లీ భారతీ మేలుకొన్నది
అంధకారమూ మాయమైనది
వివేకానందుని శాంతిదూతవై
స్థాపించవోయీ శాంతిరాజ్యం
నిర్మించవోయీ స్వామీజీ కలలుగన్న భారతదేశం
॥ వినవోయీ ॥

(3)

పల్లె పల్లెకూ పదవోయీ
ఇక చేకొని స్వామీజీ పతాకం... పతాకం...
పరులకోసమే ప్రాణాలొసగిన త్యాగశీలి జన్మం ధన్యం
జై వివేకానంద స్వామీ జై జై భారతమాతా
॥ జై వివేకానంద్ ॥

మనోధైర్యం బాహుబలం మదిలో నిలిపీ భారతభక్తి
మరచిపోకోయ్ నీవు మరచిపోకోయ్ నీవు మరచిపోకోయ్
భారతవీరా బీదా సాదా సోదరులేనని మరచిపోకోయ్
॥ జై వివేకానంద్ ॥

కలతా పడకు నిదురాపోకు
నిరంతరం నీ పయనం ముందుకు
కలతా పడకు ఇపుడు నిదురపోకు
నిరంతరం నీ పయనం ముందుకు
నిర్భయంగా నడు ముందుకూ నిర్భయంగా
నడూ ముందుకూ నిర్భయంగా
స్వామీజీ మన చెంతనుండగా
జై వివేకానంద స్వామి జై జై భారతమాతా
జై జై వివేకానంద స్వామీ జై జై భారతమాతా

(4)

నరసఖుడా నర నారాయణ బ్రహ్మానందమే విడిచి
నరనారుల దుఃఖము బాప వెలసే వివేకానంద
ఘోర తమసుల అంధకారమూ
మూఢాచారముల మూర్ఖత నుండీ
విముక్తి చేయవిచ్చేసిన ఓ త్రికాలదర్శీ
బ్రహ్మర్షి నీవూ స్వామి వివేకానందా ॥ నరసఖుడా ॥
హెచ్చుతగ్గులూ, ఎన్నో జాతులు,
స్త్రీలు, పురుషులు, కలిమిలేములు
భేదాలు మాపగ విచ్చేసిన ఓ త్రికాలదర్శీ
బ్రహ్మర్షి నీవూ స్వామి వివేకానంద ॥ నరసఖుడా ॥
గుడి మసీదు ఏదైనా అది ఒక్కటే కాదు ధర్మనిలయం
చర్చి, మందిరమేదైనా అది ఒక్కటే కాదు ధర్మనిలయం
ప్రతిహృదయం ధర్మనిలయం
నేర్పుగా అనుష్ఠాన వేదాంతం బోధింపవచ్చిన
బ్రహ్మర్షి నీవూ స్వామి వివేకానంద
త్రికాలదర్శి బ్రహ్మర్షి నీవూ స్వామి వివేకానంద
॥ నరసఖుడా ॥

(5)

ఓహో... ఓహో... లేవోయ్ లే! లే!
ఓహో... భారతవీరా... లేవోయ్ లే! లే!

లేవోయ్ నీవు భారతవీరా
లేవోయ్ నీవు నిదుర ఆ... ఓ...
స్వామీజీ సందేశం మనసుననిలిపి
నీవాచరించి చూపవోయ్
జై వివేకానంద్... జై జై వివేకానంద్...

క్రైస్తవ, హిందూ, ముస్లిం, సిక్కు
చేయి చేయి కలిపి
జాతి వర్ణం మతముల మధ్య
వాదవివాదం నశింపచేసి
స్వామీజీ సందేశం... ॥ జై వివేకానంద్ ॥

హెచ్చు - తగ్గులు, ధనిక - పేద
తేడాలన్నీ నశించగా
ఉజ్జ్వల భారతదేశం మాదని

దేశప్రేమని పెంచగా
స్వామీజీ సందేశం... ॥ జై వివేకానంద్ ॥

త్యాగఫలితమీ స్వరాజ్యాన్ని
భద్రంగా కాపాడుటకు
భారతీయులం అంతా ఒకటని
ప్రపంచానికే తెలియుటకు
స్వామీజీ సందేశం... ॥ జై వివేకానంద్ ॥

భ్రష్టాచారాలు, హింసలను
దూరందూరం చేయగా
దురాచారాలు-దుర్మార్గం నుండి
మానవతను రక్షించగ
స్వామీజీ సందేశం
ఆచరించి నీవు చూపవోయ్ ॥ జై వివేకానంద్ ॥

భారతీయుడు నీ సోదరుడు
నీ సేవలతని కందించవోయ్
భయమేలనో భారతవీరా
నవభారతం నిర్మించవోయ్

స్వామీజీ సందేశం
ఆచరించి నీవు చూపవోయ్ ॥ జై వివేకానంద్ ॥

త్యాగం, సేవ మన ధర్మం
ఉజ్జ్వల భారతనిర్మాణంలో
భారతదేశం ప్రాణమే ధర్మం
ధర్మరక్షణ సేయవోయ్
స్వామీజీ సందేశం
ఆచరించి నీవు చూపవోయ్ ॥ జై వివేకానంద్ ॥

విస్మరింపకు భారతీయుడా
మన సనాతన ధర్మము
ఆత్మశక్తిని ప్రేరేపించి
బలహీనతల తొలగించు
స్వామీజీ సందేశం
ఆచరించి నీవు చూపవోయ్ ॥ జై వివేకానంద్ ॥

శక్తియే జీవన సారం
యువశక్తి మేలుకొల్ప
స్వామీజీయే మార్గము చూపె

మాతృభూమి పురోగమింప
స్వామీజీ సందేశం
ఆచరించి చూపవోయ్ ॥ జై వివేకానంద్ ॥

సావిత్రి, గార్గి, సీతామాత
భారతనారికి ఆదర్శం
స్త్రీ పురుషులలో భేదం విడిచి
స్త్రీలందరిని గౌరవించవోయ్
స్వామీజీ సందేశం
ఆచరించి చూపవోయ్ ॥ జై వివేకానంద్ ॥

సదాచారము సేవాధర్మం
ఇంటింటికీ చేర్చుటకు
ప్రతిజీవిని శివుడని తలచి
పేదల దుఃఖం బాపుటకు
స్వామీజీ సందేశం
ఆచరించి చూపవోయ్ ॥ జై వివేకానంద్ ॥

జీవితంలో విషవలయాలు
ధైర్యంగా ఛేదించుటకు

స్వామీజీయే మనకాదర్శం
ఈనాటి యువకులకు
స్వామీజీ సందేశం
ఆచరించి చూపవోయ్ ॥ జై వివేకానంద్ ॥

దుష్కర్మలను త్యాగం చేసి
సచ్చరిత్ర వ్రాయుటకు
మనలో ఉన్న ఆత్మశక్తి
ప్రజ్వలింప చేయుటకు
స్వామీజీ సందేశం
ఆచరించి చూపవోయ్ ॥ జై వివేకానంద్ ॥

స్వామీజీ వేదవాణి–మహాశక్తి భండారం
షికాగో ధర్మసభలో
వేదాంతభేరి మ్రోగించే
స్వామీజీ సందేశం
ఆచరించి చూపవోయ్ ॥ జై వివేకానంద్ ॥

రామకృష్ణుని కార్యభారము
చేతబట్టెను స్వామీజీ

భారతదేశం నలుమూలలా
చైతన్యవంతం చేయుటకు
మేలుకో భారతి మేలుకో
ఈ నినాదమే మారుమ్రోగగా

లేవోయ్ నీవు భారతవీరా
లేవోయ్ నీవు నిదుర
స్వామీజీ సందేశం మనసుననిలిపి
నీవాచరించి చూపవోయ్
జై వివేకానంద్... జై జై వివేకానంద్...

లెండి! మేల్కొనండి! మీ దేశం మహాత్యాగాన్ని కోరుతుంది. యువకులే దాన్ని నిర్వహించవలసి ఉంది. యువకులు బలవంతులు, సత్త్వవంతులు, దృఢశరీరులు, బుద్ధిశాలులు అయినవారు నిర్వహించవలసినదే ఈ కార్యం.

– స్వామి వివేకానంద

(6)

జగతికంతా ప్రియతమా రామకృష్ణుని కంటిదీపమా...
మాతృభూమి ప్రియపుత్ర రత్నమా
రావోయీ వివేకానందస్వామీ
నీ చరణములకు మా ప్రణామం
రావోయీ వివేకానంద స్వామీ

ప్రతి అవతారానికి తోడుగా
నీవు ఈశ్వరకోటి బ్రహ్మ పరాయణ ॥ రావోయీ ॥

ధన్యమైనదీ తల్లి భారతీ
మాతృభూమి ప్రియపుత్ర రత్నమా ॥ రావోయీ ॥

కర్మవీరా ధర్మస్వరూపా
దుఃఖము బాప విచ్చేసినావా ॥ రావోయీ ॥

జ్ఞానఖడ్గమున బంధాలు త్రెంచి
జగతికభయ మీయగా ॥ రావోయీ ॥

జగతికంతా ప్రియతమా
రామకృష్ణుని కంటిదీపమా... ॥ రావోయీ ॥

అమర భారతము

(1)

చెప్పకురా సోదరా హీనుడ, దీనుడనని
శాంతి స్వరూపులము, చిదానందులము
అని ఒకే గొంతుతో పాడాలి భారతప్రజ
మనమంతా అమృత పుత్రులమే
మనమంటే అమరభారతీ ప్రజ్ఞ

చెప్పకు ఎప్పుడు పాపులము తప్పులమని
నిర్మల, పవిత్ర, ఆత్మస్వరూపులము
అని ఒకే గొంతుతో పాడాలి భారతప్రజ
మనమంతా అమృత పుత్రులమే ॥ మనమంటే ॥

చెప్పకు ఎప్పుడు నిర్ధనులమని అజ్ఞానులమని
దైవీసంపదల కధికారులమ్ మనము
అని ఒకే గొంతుతో పాడాలి భారతప్రజ
మనమంతా అమృత పుత్రులమే ॥ మనమంటే ॥

చెప్పకు ఎప్పుడు శ్రద్ధలేని జడములమని
జడముకాదు దివ్యచైతన్య స్వరూపులము
అని ఒకే గొంతుతో పాడాలి భారతప్రజ
మనమంతా అమృత పుత్రులమే ॥ మనమంటే ॥

(2)

ఎప్పుడైనా జరిగేనా విశ్వంలో
భారతదేశమే అదృశ్యమైతే
నైతిక విలువలు నాశనమగును
అది కాకూడదు, భారతదేశము కనుమరుగవరాదు

ఎప్పుడైనా జరిగేనా విశ్వంలో
భారతదేశమే అదృశ్యమైతే
కామము క్రోధము లోభము మోహము
నాలుగు పాదాల నర్తించు జగతిని

ఎప్పుడైనా జరిగేనా విశ్వంలో
భారతదేశమే అదృశ్యమైతే
ఈ ధరిత్రిలో తప్పక జరుగును
గోముఖవ్యాఘ్రముల రాజ్యం

ఎప్పుడైన జరిగేనా విశ్వంలో
భారతదేశమే అదృశ్యమయితే
మానవత్వపు ఆత్మవికాసము
ఆగిపోవును అణగిపోవును

(3)

ఎక్కడరా ఆ మానవుడు
భారతదేశపు నవనిర్మాణం చేసేవాడు
సందు సందునా వెతకి చూడరా
భారతమాత ప్రియపుత్రుని

ఎక్కడరా ఆ మానవుడు
భారతమాత శ్రీ గుణగానం చేసేవాడు
భారతమాతకు సేవచేయుచు
ప్రాణ, మాన, ధన మర్పించే వాడు

ఎక్కడరా! ఆ మానవుడు
అతి మహనీయుడు ఆత్మజ్ఞాని
దీనులు, దుఃఖితుల, నిరక్షరాస్యులకు
తనమదిలో చోటిచ్చేవాడు

ఎక్కడరా ఆ మానవుడు
భారతదేశపు ఉన్నతి కోరేవాడు
భారతమాత చరణసన్నిధి
ప్రాణమర్పించే మానధనుడు

(4)

ఓ భారతవిధాతా
మా వేదన నిండిన గాథలు వినవా
యోగవాదమనె నౌక మునిగెరా
భోగవాదమే రాజ్యమేలెరా

భారతమందున యోగమనే నౌక
లక్షలమందిని ఒడ్డు చేర్చెరా
మా తప్పులచే మా లోపముచే
కాలిది తీసి నెత్తి నెత్తితిమి

కామక్రోధహింసల గాథలా
రాత్రిపగలు వీక్షించు చుంటిమి
గీతమరచి వేదాంతము మరచి
సదాచారము మట్టు పెట్టితిమి

భారతదేశమే విశ్వానికి జ్యోతి
భారతమాతను ఉద్ధరించరా
ఈ ధరిత్రిని నీవు కాకున్న
వేరెవ్వరయ్యా రక్షించేది

(5)

నిదుర లేవరా భారత వీరా
శభాష్ లందే పనులు చేయరా
మాతృభూమి గౌరవం పెంచరా

కుర్చీకింద భూమికదిలెరా
ఎంతకాలమీ నిద్రమత్తురా
భారతదేశపు ధర్మజ్యోతిని
కోనకోనకు ప్రసరింపుమురా

విశ్వమంతా మనవేపు ఆశతో
చూపులు సారించి, నమ్మి నిలిచెరా
లేచి సింహమై గర్జింపుమురా
శాంతి దూతవై విశ్రాంతి విడవరా

నిన్ను నమ్మెను భారతమాత
ధీరత్వమ్మును చాటి చూపరా
జారవిడచిన గౌరవగరిమ
అమ్మకు కాన్కగా వెతికి ఇయ్యరా

(6)

బహుపరాక్, బహుపరాక్
నవయువకా బహుపరాక్
భరతమాత సంతానమని
అభిమానంతో అడుగువేయరా

స్వార్థత్యాగము, ఇతరుల సేవ
నవయుగధర్మం మరచిపోకురా
భరతమాత చరణములందే
ప్రాణమానములు అర్పణసేయి

సత్యధర్మస్థాపన చేద్దాం
క్షుద్ర అహమ్మును బలిచేద్దాం
దీనత్వమ్మును పారద్రోలుదాం
శూరవీరులై చొచ్చుకుపోదాం

హింసను పూర్తిగా విడనాడి
అభయదానమందరికీ ఇద్దాం
ప్రేమభావమును పొందుగ నిలిపి
భారతమాతకు పేరు తెద్దాం

(7)

భారతమాతకు కావాలి నేడు
లక్షలవేల వీరయువకులు
పుణ్యభూమిపై జనియించితివి
తల్లి చరణాల సర్వము బలిచేయి
జయ వివేకానంద జయ వివేకానంద

పిరికిపందవై, మందబుద్ధివై
భారతమాతకు సేవేంచేస్తావ్!
భారతమాతకు కావాలి నేడు
ధీరుడు, వీరుడు, బుద్ధిమంతుడు

తలలు వంచుకొనే పనిచేయకురా
భారతమాతకు పేరుపోవురా
సేవ, ధర్మం, శీలసంపదలతో
నూతన భారత నిర్మాణం చేయి

భారమంతా నీదేరా యువకా
ఉన్నత పీఠం మాతకీయరా
అమర భూమిరా మనభూమి
సుఖశాంతులకే నిలయం కాదా

(8)

హే భారత ధరణీ
వీరపురుషుల జనని
మము చేయి మనిషిగ
తీర్చి దిద్దు నీ సంతానాన్ని

వంశజులము ఋషి, ముని గణాలకు
దోవ మరచి ఇటనిలిచి ఉంటిమి
భౌతిక వాదపు కోరల జిక్కి
ప్రవర్తించితిమి పశుసమానులుగ

జన్మనెత్తితిమి ఈ ధరిత్రిలో
మాత భారతీ పుత్రులుగా
మరచి జననిని జన్మభూమిని
విదేశభావపు గులాములైతిమి

ఎలాతీర్చుము నీ ఋణమమ్మా
అందరినీ ప్రేమించే తల్లివి
అమాయకపు బాలల మమ్మా
శీలసంపద వరదాన మీయవే

(9)

రారండి రారండి
మాతృభూమి గుణగానం చేద్దాం
వివేకానందుని ప్రియజననికి
చరణమ్ముల పూలర్పిద్దాం

మహాపురుషుల జనని భారతి
సర్వమతమ్ముల కిట స్వాగతము
కలసి మెలసి మనమందరమొకటై
చేదు భావముల రూపుమాపుదాం

రారండీ! రారండీ!
విలువైన కాలము వ్యర్థము చేయక
ప్రాణాలొడ్డి త్యాగం చేసి
భారతదేశపు గరిమ నిలుపుదాం

విశ్వశాంతి దూత మనస్వామి
రామకృష్ణ ప్రభు అనుచరుడు
చిరంజీవి ఈ ధీరపురుషుని
చరణమ్ముల శరణమ్మని అందాం

ఇప్పటి తరం వారిపై, ఆధునిక యువత పైనే నాకు విశ్వాసం. వారి నుండే నా కార్యనిర్వాహకులు రాగలరు. సింహాల వలె వారు సమస్య నంతటిని పరిష్కరిస్తారు.

– స్వామి వివేకానంద

ఈ జీవితం క్షణికం. ప్రాపంచిక భోగాలు అశాశ్వతాలు. ఇతరుల కొరకు జీవించేవారే యథార్థంగా జీవిస్తున్న వారు. తక్కినవారు జీవన్మృతులు.

– స్వామి వివేకానంద

ధనం కాదు, కీర్తి ప్రతిష్ఠలు కాదు, విద్వత్తు (పాండిత్యము) కాదు, సౌశీల్యమొక్కటే కష్టాలనే దుర్భేద్యమైన అడ్డుగోడలను చీల్చుకొని పోగలిగినది. దీనిని జ్ఞప్తిలో ఉంచుకోండి.

– స్వామి వివేకానంద

బలహీనతను గుర్తుచేసుకోవడం వల్ల ఏమీ ప్రయోజనం లేదు, బలాన్ని పెంపొందించండి. ఎంతసేపూ బలహీనత గురించి ఆలోచించడం వల్ల బలం రాదు. బలహీనతకు పరిష్కారం బలహీనత గురించి చింతించడం కాదు, బలం గురించి ఆలోచించడమే.

– స్వామి వివేకానంద

నా దేశంలో ఒక వీధి కుక్క సైతం పస్తులుంటే దానికి ఆహారం ఇచ్చి రక్షించడమే అప్పటికి నా మతం అవుతుంది. తక్కిన వ్యాసంగమంతా మతరాహిత్యమే.

– స్వామి వివేకానంద

ఫలాపేక్షరహితంగా, హృదయపూర్వకంగా కృషి చేయండి. ఇతరులకు మేలు ఒనగూర్చే సందర్భంలో మీరు నరకానికి పోయినా ఏమిటి? స్వీయ స్వర్గప్రాప్తికై ప్రయత్నించడం కన్నా అది అనంతమైన రెట్లు మంచిది.

– స్వామి వివేకానంద